NursRxiv
DOI: 10. 12209/issn2708-3845. 20220720002

耳穴“三序”疗法治疗变应性鼻炎个案报道

罗丽媛[1], 谢 薇[2], 何燕琳[2], 袁 丹[1], 赵玲玲[1], 向毅明[1], 周艺涵[1]
(1. 贵州中医药大学,贵州贵阳,550002; 2. 贵州中医药大学第一附属医院 护理部, 贵州贵阳, 550001)

摘要: 本文总结1例脾气虚弱型变应性鼻炎(AR)患者采用耳穴“三序”疗法的治疗效果的护理经验。耳穴“三序”疗法,即耳部按摩、耳部刮痧、耳穴贴压,通过刺激耳部相应穴位,可以有效促进全身气血运行、调整脏腑、疏通经络,进而改善AR患者症状,提高其抗过敏能力。

关键词: 变应性鼻炎; 按摩; 刮痧; 耳穴贴压

A case report of the three-step auricular acupoint therapy for allergic rhinitis

LUO Liyuan[1], XIE Wei[2], HE Yanlin[2], YUAN Dan[1], ZHAO Lingling[1], XIANG Yiming[1], ZHOU Yihan[1]
(1. *Guizhou University of Traditional Chinese Medicine*, *Guizhou*, *Guiyang*, 550002; 2. *Department of Nursing*, *The First Affiliated Hospital of Guizhou University of Traditional Chinese Medicine*, *Guizhou*, *Guiyang*, 550001)

ABSTRACT: This article mainly reported a case of allergic rhinitis of spleen-Qi deficiency syndrome treated by the three-step auricular acupoint therapy. The three-step auricular acupoint therapy refers to a combination of auricular massage, auricular scraping therapy, and auricular acupoint sticking and pressing therapy which applied in a particular sequence. By stimulating correlated auricular acupoint, the three-step auricular acupoint therapy is effective to relieve the symptoms of allergic rhinitis and improve the immunity of the patient.

KEY WORDS: allergic rhinitis; massage; scraping therapy; auricular acupoint sticking and pressing

变应性鼻炎(AR)又称过敏性鼻炎,是个体暴露于过敏原后由血清特异性免疫球蛋白E(IgE)介导的鼻黏膜非感染性慢性炎性疾病[1],属于中医学“鼻鼽”的范畴。全球AR患病人数呈逐年增多趋势,当前已有10%~40%的人口患有该疾病[2-3]。AR患者通常呈间断性、季节性或常年性发作,以鼻痒、喷嚏、鼻塞、流鼻涕为主要临床表现[4],存在复发率高、治愈率低的特点。药物治疗仍是AR的主要治疗方式,常规治疗药物包括糖皮质激素、抗组胺药、抗白三烯药等[1],药物成效迅速,但其药效维持时间短、远期疗效欠佳,部分患者存在药物相关不良反应[5]。

耳穴疗法作是一种中医适宜技术,治疗变应性鼻炎有独特的优势,且疗效可靠[6]。耳穴“三序”疗法即耳部按摩、耳部刮痧、耳穴贴压。耳部按摩可以促进全身气血运行,调整脏腑经络,此操作不仅对运动系统疾病有调整改善功能,而且对脑神经亦有平衡作用;耳部刮痧通过刺激耳穴达到疏通经络的效果,同时可以有针对性的进行重点穴位的刮试以加强干预效果[7];耳穴贴压为非侵入式刺激方法,即安全便捷又能给以疾病对应穴位持续性的刺激。本文总结耳穴“三序”疗法治疗AR的护理经验,现报告如下。

1 临床资料

患者女性,40岁,于2021年11月3日初诊。主诉:反复鼻痒、鼻塞、流清涕、阵发性喷嚏15年余,加重3天。患者对尘螨过敏,常年可见鼻部症

基金项目:贵州省研究生科研基金项目(黔教合YJSKYJJ(2021)163)贵州省中医药管理局中医药防控新冠肺炎专项科研项目(QZYYXG-2021-4)

通信作者:谢薇,E-mail:2817180455@qq. com

状。8年前于当地某三甲医院耳鼻喉科就诊，诊断为AR，给予抗组胺药、皮质类固醇等药物。患者因为药物治疗后症状常反复出现，且对长期使用激素药物产生担忧，故至本院耳穴特色治疗室就诊。症状可见阵发性喷嚏、鼻塞、鼻痒、流清涕、眼痒、咽干。舌诊：舌质淡，舌苔白腻边有齿痕，脉沉细。局部检查示：双侧下鼻甲淡红水肿。西医诊断：过敏性鼻炎。中医诊断：鼻鼽，辨证分型：脾气虚弱证。该患者经耳穴"三序"疗法干预后，二诊（2021年11月7日）时患者诉鼻塞、流清涕、鼻痒、打喷嚏好转。局部检查示：鼻黏膜水肿稍改善。舌质淡，舌苔白腻边有齿痕，脉沉细。三诊（2021年11月10日）时患者诉鼻塞、流清涕、鼻痒、打喷嚏明显好转。局部检查示：鼻黏膜水肿改善。舌质稍淡，舌苔薄白边有齿痕，脉沉细。

2　护理

2.1 耳部按摩：操作前，告知患者相关注意事项并取得其配合。同时评估患者耳部皮肤情况，后协助其取安全舒适侧卧位。患者一侧耳郭用75%的酒精进行常规消毒，待干后，取适量精油涂于耳部，可进行耳部按摩。按摩顺序参照《耳穴诊治学》[8]：对耳轮-对耳轮上脚-对耳轮下脚-三角窝-耳甲艇-耳甲腔-耳屏-对耳屏-耳舟-耳轮脚-耳轮-耳垂，按摩力度以患者耐受、舒适为宜，按摩时间2～3 min，按摩次数为重复按摩4～5遍以患者耳部轻微发红发热为宜。

2.2 耳部刮痧：耳部按摩结束后为患者进行耳部刮痧，刮痧的基本原则是：自下而上、由外向内、基础刮痧加辨证选穴重点刮痧[7]。刮痧具体顺序为：耳垂-耳轮-耳舟-对耳轮-耳甲腔-耳甲艇-耳甲-三角窝-耳前；耳部背面具体刮痧方向依次是：耳垂背面-耳轮尾背面-耳轮背面-对耳轮后沟-对耳屏后沟-耳甲腔后隆起-耳轮脚后沟-耳甲艇后隆起-对耳轮下脚后沟-三角窝后隆起-耳后至胸锁乳突肌[7]。刮痧力度以患者耐受、舒适为宜，刮痧时间20 min。刮痧完毕后，为患者擦净耳部精油。

2.3 耳穴贴压：协助患者取坐位或卧位，根据《耳穴诊治学》[8]及临床辨证经验，参照中国人民共和国国家标准GB/T13734—2008《耳穴名称与定位》[9]的相应穴位及经验用穴为患者选取主穴与配穴。贴压方法：一手向外上轻拉患者耳郭，一手用探棒寻找耳穴压痛敏感点并做出相应标记，用镊子夹取王不留行籽耳贴贴于相应耳穴，再用拇指和食指指腹对按王不留行籽耳贴及耳郭的正反面，使其更服帖，同时局部可能产生胀、痛等感觉。护理人员嘱咐患者每天按压3～5次，每穴每次按压30～60 s，至局部发热、发红为宜[10]。

3　讨论

AR的证候及发作特点属于中医学"鼻鼽""鼽嚏""鼽嚔""鼽水"等范畴。古代医家认为肺为华盖，在五脏之中位置最高，主气司呼吸，且鼻为肺之窍。同时根据阮岩教授主编的《中医耳鼻喉咽喉科学》中AR的诊断标准，将其分为以下几种证型[11]：肺气虚寒证、脾气虚弱证、肾阳不足证、肺经蕴热证。该患者存在喷嚏、鼻塞、鼻痒、流清涕、眼痒、咽干症状；鼻黏膜水肿；舌质淡，舌苔白腻边有齿痕，脉沉细等症状，符合脾气虚弱证。辨证选穴主穴为内鼻、外鼻、风溪、支气管、肺；配穴为耳尖、对屏尖、肾上腺、脾、内分泌。

AR病因病机复杂[12]，其主要病机为本虚标实[13]，本虚责之肺、脾、肾三脏。肺气亏虚，不能抵御外邪，肺开窍于鼻，虚邪贼风易侵犯于鼻；脾为肺之母，脾气虚弱，不能运化水谷精微，肺和鼻窍失养，卫外功能薄弱；肾为先天之本，同时也是气之根，肾精亏虚，纳气失司，使气不归元，虚火上炎。肾为生气之根，脾为生气之源，肺为生气之主，而气血同源，"气为血帅，血为气母"。该患者为脾气虚弱证，故选穴肺、脾、肾极具针对性。同时，所选穴位中，内分泌可调节内分泌系统各器官的功能，调节代谢功能；荨麻疹区也称过敏区可提高患者抗过敏能力，增强患者免疫力；肾上腺可兴奋呼吸中枢。此外，临床中治疗AR应灵活变动，证型不同所对应的主穴配穴亦不同，可根据症状增加穴位，如患者出现反复喷嚏可加风溪；眼痒可加眼；咽痒、咳嗽可加风溪、咽喉；头疼、头昏可加神门，遵循耳穴穴位相宜原则，循序渐进的治疗疾病。

AR病情缠绵、易反复，长期服用药物患者的心理压力较大[14]。耳穴"三序"疗法作为中医外治疗法，在治疗AR方面尤其独特的优势[6]，通过按摩、刮痧、贴压相应穴位，可以促进全身气血运行、调整脏腑、疏通经络，改善AR患者症状，提高其抗过敏能力，值得临床参考与应用。

利益冲突声明：作者声明本文无利益冲突。

参考文献

［1］ 中华耳鼻咽喉头颈外科杂志编辑委员会鼻科组，中华医学会耳鼻咽喉头颈外科学分会鼻科学组．变应性鼻炎诊断和治疗指南（2015年，天津）［J］．中华耳鼻咽喉头颈外科杂志，2016，51（1）：6−24.

［2］ BROZEK J L，BOUSQUET J，AGACHE I，et al. Allergic Rhinitis and its Impact on Asthma（*ARIA*）guidelines−2016 revision［J］. J Allergy ClinImmunol，2017，140（4）：950−958.

［3］ RODITIR E，SHINJ J. The influence of age on the relationship between allergic rhinitis and otitis media［J］. Curr Allergy Asthma Rep，2018，18（12）：68.

［4］ 中华中医药学会中药实验药理专业委员会．变应性鼻炎动物模型制备规范（草案）［J］．中草药，2018，49（1）：50−57.

［5］ 中华耳鼻咽喉头颈外科杂志编辑委员会，中华医学会耳鼻咽喉科分会．变应性鼻炎的诊治原则和推荐方案（2004年，兰州）［J］．中国社区医师，2005，21（16）：17−18.

［6］ 李蕾，张路，杨怀中．耳穴贴压治疗变应性鼻炎肺脾气虚证的临床观察［J］．中国中医基础医学杂志，2018，24（6）：815−817.

［7］ 刘凤选，梅御寒，刘芝修．耳部全息铜砭刮痧方法的临床应用［J］．中国护理管理，2019，19（10）：1445−1448.

［8］ 程凯，周立群．耳穴诊治学［M］．北京：人民卫生出版社，2020.

［9］ 世界针灸学会联合会．耳穴名称与定位［M］．北京：中国中医药出版社，2016.

［10］ 王艳君，石钰，李宏坤，等．基于玄府理论的刺络拔罐结合耳穴贴压治疗慢性自发性荨麻疹：随机对照研究［J］．中国针灸，2022，42（2）：157−161.

［11］ 阮岩．中医耳鼻咽喉科学［M］．北京：人民卫生出版社，2012.

［12］ 陈晶晶，张念志，韩明向．韩明向治疗过敏性鼻炎经验探析［J］．中华中医药杂志，2020，35（10）：5039−5042.

［13］ 孙忠人，王承斌，尹洪娜，等．针灸治疗变应性鼻炎网状 *Meta* 分析［J］．中国针灸，2021，41（11）：1295−1302.

［14］ LEAHY−WARREN P，MULCAHY H，LEHANE E. The development and psychometric testing of the Perinatal Infant Care Social Support（PICSS）instrument［J］. J Psychosom Res，2019，126：109813.